

4. Schwimmtechniklehrgänge „Nord“ und „Süd“
2024/25

Schwimm-Techniklehrgänge



„Nord und Süd“

Münster (Nord): Lehrgangsnummer: STL 2024/25 - 1

Gladbeck (Süd): Lehrgangsnummer: STL 2024/25 - 2

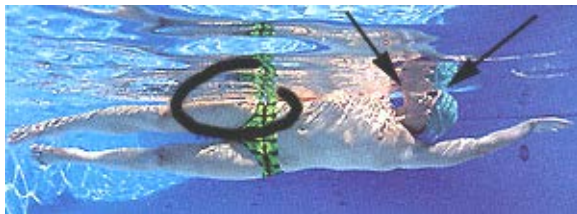
Für den talentierten Nachwuchs der **Jahrgänge 2013 - 2016** werden zur Schulung der Schwimmtechniken, wie auch in den Vorjahren Schwimmtechniklehrgänge angeboten. Diese Lehrgänge dienen der Vertiefung und Verfeinerung der vier Schwimmtechniken. Dafür ist es notwendig, dass die Kinder die Grobformen aller Schwimmtechniken zum Lehrgangsbeginn schon beherrschen.

Zum Lehrgangsinhalt / -ablauf:

Für die Athletik-Einheit gehen wir in die Turnhalle: Es erfolgt in der Regel ein Aufwärmprogramm mit abwechslungsreichen Dehn-, Gymnastik- und Kräftigungsaufgaben



bzw. Übungen. Dadurch sollen die Beweglichkeit und die athletischen Voraussetzungen der Kinder gefördert und gefordert werden, welche für das Gelingen im Wasser Grundlage sind, und somit den Schwimmerfolg der Kinder auch langfristig begleiten. In den Athletikteil fließen immer wieder konkrete Übungen und Aufgaben aus dem Landesvielseitigkeitstest des SV NRW mit ein.



In der Schwimmhalle werden vielseitige Technikübungen mit den Kindern durchgeführt, die zu einer besseren Wasserlage verhelfen sollen. Die Kinder erhalten zahlreiche Tipps und

Übungsaufgaben die sie problemlos auch in ihrem Heimatverein durchführen können. Auch im Wasser fließen zahlreiche Übungen aus dem Landesvielseitigkeitstest mit ein, wie beispielsweise das Kicken und Gleiten. Angefangen wird mit den Wechselzugschwimmarten, erst im neuen Jahr widmen wir uns dann den Gleichzugschwimmarten – anfangs dem Brust- und zuletzt dem Schmetterlingsschwimmen.

Inhaltlich baut ein Termin auf den anderen auf, daher legen wir sehr viel Wert auf eine kontinuierliche Teilnahme von Anfang an. Ein Nachrücken bzw. ein Austauschen von Teilnehmern nach Lehrgangsbeginn ist daher nicht möglich. Dieser Lehrgang findet insgesamt an 15 Terminen parallel an zwei verschiedenen Orten statt.

Lehrgangsorte + Termine:

Nord:

Lehrgangsnummer: STL 2024/25 - 1

Friedensschule Münster, Echelmeyerstr., von 14:00-17:00 Uhr

Termine:

07.09.2024

21.09.2024

28.09.2024

02.11.2024

16.11.2024

30.11.2024

14.12.2024

+ 8 weitere Termine im Frühjahr 2025 (insgesamt 15 Termine), die zu Lehrgangsbeginn bekannt gegeben werden.

Süd:

Lehrgangsnummer: STL 2024/25 - 2

Hallenbad Gladbeck, Bottroper Str. 33, von 14:00-17:00 Uhr oder
abweichend in der Traglufthalle, Schützenstr. 110

Termine:

07.09.2024

14.09.2024

21.09.2024

28.09.2024

05.10.2024

02.11.2024

16.11.2024

14.12.2024

+ 7 weitere Termine im Frühjahr 2025 (insgesamt 15 Termine), die zu Lehrgangsbeginn bekannt gegeben werden

Meldeschluss:

Freitag, 31.08.2024

Nur vollständige und fristgerechte Meldungen finden Berücksichtigung!

Meldeanschrift:

Lehrgangsleitung:

Judith Wittenbrink

E-Mail: judith.wittenbrink@sb - nw.de

- Meldeunterlagen:**
1. Anmeldebogen inkl. ausführlicher Anschriften der Teilnehmer
 2. Meldegeld oder Zahlungsbeleg (siehe Zahlungshinweis!)

Unvollständige Meldungen können nicht berücksichtigt werden!!!

Meldebestätigung: Spätestens nach Ablauf des Meldeschlusses erhalten Sie vom Sachbearbeiter Schwimmtechniklehrgänge eine Eingangsbestätigung Ihrer Meldungen. Sollten Sie diese nicht spätestens am Folgetag des Meldeschlusses erhalten, informieren Sie sich bitte ob Ihre Meldungen angekommen sind.

- Zahlungshinweis:**
- (1) Lastschrift (vereinsweise)
 - (2) Überweisung (vereinsweise) → bitte Überweisungsbeleg vorlegen.
Schwimmbezirk NW: IBAN: DE91 4266 1717 8721 4334 00
Verwendungszweck: „STL – Vereinsname“

Kosten: 80,00 € pro Teilnehmer
für 15 Termine



Sonstiges: Es stehen für die beiden Lehrgänge nur begrenzte Kapazitäten zur Verfügung, daher werden von jedem Verein maximal 5 Teilnehmer zugelassen. Anmeldungen von mehr als 5 Kindern oder vom Alter abweichende Teilnehmer/innen sind individuell mit der Leitung abzusprechen.

Der zuständige Sachbearbeiter im Schwimmausschuss behält sich vor, bei zu hohen Meldezahlen einzelnen Teilnehmern abzusagen bzw. ganze Vereine einem andern Lehrgangsort zuzuordnen. Zu Beginn eines Lehrganges werden die Kinder durch die Lehrgangstrainer gesichtet, danach wird dann über den Verbleib im Lehrgang entschieden. Nähere Einzelheiten zu den Lehrgangsinhalten werden am ersten Lehrgangstag mitgeteilt.

Es können Fotos zur Berichterstattung auf der Homepage des Schwimmbezirks Nordwestfalen oder übergeordneten Fachverbänden

veröffentlicht werden. Im Rahmen des Lehrganges können Videoaufzeichnungen zwecks Visualisierung von Bewegungsmustern im Rahmen der Fehlerkorrektur angefertigt werden. Mit der Meldung zum Lehrgang geben Sie Ihr Einverständnis dazu. Sollte es nicht gewünscht sein, weisen Sie bitte ausdrücklich bei Lehrgangsbeginn darauf hin!

Mitbringen: Hallensportbekleidung und -schuhe, Schwimmbekleidung, Schwimmbrille, Flossen, Brett und Pullboy bzw. ein Pullkick.

Für Informationen zu den Lehrgängen steht der Sachbearbeiter Schwimmtechniklehrgänge unter der Meldeanschrift gerne zur Verfügung.